

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah :

Variabel Tergantung (Y) : *Self Efficacy*

Variabel Bebas (X) : *Self Development*

B. Definisi Operasional

1. *Self Efficacy*

Self efficacy ini diartikan sebagai keyakinan individu dewasa awal yang menggunakan media sosial terhadap kemampuan dirinya dalam mengarahkan dan mengatur usahanya untuk mencapai tujuan tertentu. Keyakinan ini mencakup kemampuan individu dalam mengontrol fungsi pribadi serta menyesuaikan diri terhadap berbagai situasi di lingkungan. Sehingga ketika *Self efficacy* ini dilihat berdasarkan adanya level (*magnitude*), yaitu keyakinan individu dalam menghadapi tugas dengan tingkat kesulitan tertentu; kemudian *generality*, yaitu keyakinan diri individu di berbagai situasi atau bidang tertentu; dan yang terakhir *strength*, yaitu kestabilan keyakinan individu terhadap kemampuannya, terutama ketika menghadapi tantangan atau hambatan.

2. *Self Development*

Self development ini diartikan sebagai proses yang dilakukan individu usia dewasa awal yang menggunakan media sosial untuk meningkatkan kualitas hidupnya melalui pembelajaran, refleksi diri, dan

penetapan tujuan. Pengembangan diri mencakup berbagai upaya untuk membangun keterampilan, memperluas pengetahuan, serta membina hubungan positif dengan orang lain, baik dalam konteks pribadi maupun profesional. Melalui *self development*, individu berusaha mengoptimalkan potensi dirinya dalam berbagai aspek kehidupan untuk mencapai perkembangan yang lebih maksimal secara berkelanjutan.

Self development dilihat berdasarkan dari, (1) *Growth Mindset* (Pola Pikir Berkembang), yaitu keyakinan bahwa keberhasilan dapat dicapai melalui usaha; (2) *Planning* (Perencanaan: Berpikir Sebelum Melakukan), yaitu kemampuan individu untuk menetapkan dan mengatur aktivitas; (3) *Developing and Updating a Life Vision* (Mengembangkan dan Memperbaharui Visi Hidup), yaitu kesadaran individu terhadap nilai, tujuan, dan langkah-langkah hidup yang ingin dicapai; (4) *Self Assessment* (Penilaian Diri), yaitu kemampuan mengevaluasi diri sebagai bagian dari proses refleksi; dan (5) *Setting Performance Criteria and Using Performance Measures* (Menetapkan Kriteria Kinerja), yaitu kemampuan individu dalam menentukan standar keberhasilan.

C. Subjek Penelitian

Teknik sampling yang digunakan dalam pengambilan subjek pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah metode *non-probability sampling* digunakan untuk pengambilan sampel dengan pendekatan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan cara pengambilan sampel dengan

kriteria tertentu (Sugiyono, 2023). Karakteristik sampel pada penelitian ini diantaranya ;

1. Perempuan dan laki-laki
2. Berada dalam rentang usia dewasa awal (18-40 tahun).
3. Memiliki akun media sosial aktif (Instagram, Tiktok, Twitter dan lain-lain).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Pada penelitian ini peneliti akan memberikan beberapa pernyataan kepada partisipan dan akan diisi melalui *google form*. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif berfokus pada analisis data berbentuk angka yang diperoleh melalui proses pengukuran terstruktur, kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik (Azwar, 2017).

Skala *self efficacy* dalam penelitian ini disusun menggunakan skala Likert. Skala Likert merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui sikap, pandangan, maupun persepsi individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial tertentu. Dalam konteks penelitian, fenomena sosial tersebut telah ditentukan secara spesifik oleh peneliti dan disebut sebagai variabel penelitian (Sugiyono, 2023). Melalui skala Likert, variabel yang diteliti dijabarkan ke dalam sejumlah indikator sebagai dasar untuk menyusun pernyataan-pernyataan yang akan diberikan kepada responden.

Model skala Likert dalam penelitian ini menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan

Sangat Sesuai (SS) dengan rentang nilai dari satu hingga empat. Untuk item yang bersifat *favorable*, respons SS diberi nilai empat dan STS dinilai satu. Sebaliknya, untuk item yang bersifat *unfavorable*, respons SS diberi nilai satu dan STS diberi nilai empat (Azwar, 2022). Skala ini disebarakan secara langsung kepada partisipan penelitian dalam bentuk angket.

Menurut Azwar (2017), pernyataan dalam pengukuran sikap terdiri dari dua jenis, yaitu pernyataan *favorable*, yaitu pernyataan yang menunjukkan dukungan atau kecenderungan positif terhadap objek sikap, dan pernyataan *unfavorable*, yaitu pernyataan yang mencerminkan penolakan atau sikap negatif terhadap objek sikap. Kedua jenis pernyataan ini digunakan untuk menilai sikap responden secara lebih seimbang dan objektif melalui skala pengukuran yang telah disusun. Berikut ini merupakan cara penilaian skala;

Tabel 3. 1 Penilaian skala

Kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1. Skala *Self Efficacy*

Pengukuran variabel *self efficacy* diukur menggunakan skala *self efficacy* yang dimodifikasi dari Fadila (2021) sesuai dengan aspek *self efficacy* yaitu; *magnitude* (tingkat), *generality* (keluasan), dan *strenght* (kekuatan). Kemudian skala *self efficacy* ini terdiri dari 30 aitem dengan 16 aitem *favorable* dan 13 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 2 *Blueprint Self Efficacy sebelum Uji Coba*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Magnitude</i> (Tingkat kesulitan)	Keyakinan Individu dalam menyelesaikan tanggung jawab	1,2	3,4,5	5
	Menghindari perilaku dan situasi diluar batas kemampuan	6,30	7,8	4
<i>Strength</i>	Kemantapan individu dalam meyakini kemampuan menyelesaikan tugas	9,10,11	12,13,14	6
	Pengalaman diri sendiri maupun orang lain memperkuat atau memperlemah keyakinan individu	15,16,17	18,19,29	6
<i>Generality</i> (Individu yakin akan kemampuannya)	Individu tekun dan konsisten saat menghadapi berbagai tantangan	20,21,22	23	4
	Tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan dalam aktivitas yang dijalani	24,25,26	27,28	5
Total		16	13	30

2. Skala Self Development

Skala *self development* yang digunakan peneliti yaitu skala yang dimodifikasi dari Rismayanti (2023) pengukuran sesuai dengan aspek dari skala *self development* yaitu (1) *Growth Mindset* (Pola Pikir Berkembang), (2) *Planning* (Perencanaan: Berpikir Sebelum Melakukan), (3) *Developing and Updating a Life Vision* (Mengembangkan dan Memperbaharui Visi Hidup), (4) *Self Assessment* (Penilaian Diri), dan (5) *Setting Performance Criteria and Using Performance Measures* (Menetapkan Kriteria Kinerja). Kemudian skala ini terdiri dari 40 aitem dengan aitem *favorable* berjumlah 20 dan aitem *unfavorable* berjumlah 20 aitem.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Self Development Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>A Growth Mindset</i> (Pola Pikir Berkembang)	Percaya bahwa potensi diri dapat berkembang melalui usaha	1,2	5,8	4
	Yakin bahwa kecerdasan dapat dipelajari dan ditingkatkan	3,4	6,7	4
<i>Developing a Life Vision</i> (Harapan dan visi hidup)	Kemampuan untuk merencanakan tujuan hidup	9,10	13,14	4
	Kesadaran tentang keadaan yang diinginkan untuk masa depan	11,12	15,16	4
<i>Planning</i> (Perencanaan diri)	Kemampuan untuk menetapkan perencanaan diri	17,18	21,22	4
	Menyadari konsekuensi dari setiap tindakan dari perencanaan yang dibuat	19,20	23	3
<i>Setting the performance</i> (Menetapkan Kriteria)	Menetapkan kriteria untuk mencapai sesuatu	24,25	28,29	4
	Kesediaan untuk mengambil risiko dan belajar dari kegagalan	26,27	30,31	4
<i>Self Assessment</i> (Penilaian Diri)	Kemauan untuk terus belajar dalam menghadapi kesulitan	32,33	36,37	4
	Dorongan untuk mengejar pengetahuan	34,35	38,39,40	5
Total		20	20	40

E. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan aplikasi *Statistical Package For The Social Sciences (SPSS) for windows* versi 20. Menurut Azwar (2022), pengolahan data merupakan proses menyusun dan mengatur data dengan cara tertentu agar dapat dibaca, dipahami, serta ditafsirkan secara sistematis. Dalam penelitian ini, dilakukan serangkaian uji asumsi untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memenuhi syarat dalam penggunaan teknik analisis statistik yang sesuai. Uji asumsi tersebut meliputi uji normalitas untuk melihat distribusi data, uji linearitas untuk mengetahui hubungan linier antara variabel, serta uji validitas dan reliabilitas untuk menilai kualitas alat ukur yang digunakan berikut penjelasan lebih lanjut yaitu ;

a. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas untuk mengidentifikasi apakah sebaran nilai perbedaan dalam data penelitian dapat berdistribusi normal atau tidak (Machali, 2021). Distribusi data yang normal penting untuk memastikan keakuratan hasil analisis statistik serta meminimalkan kemungkinan bias. Untuk menguji normalitas data, penelitian ini memanfaatkan uji *Kolmogorov-Smirnov* yang dioperasikan melalui SPSS versi 20 *for Windows*. Interpretasi hasilnya adalah: nilai signifikansi (sig.) di atas 0,05 menunjukkan distribusi data yang normal, sedangkan nilai di bawah 0,05 mengindikasikan distribusi yang tidak normal. (Machali, 2021).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji yang diperlukan untuk mengetahui bentuk hubungan yang terjadi di antara variabel yang sedang diteliti untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang bersifat linier antara dua variabel yang diteliti dan signifikan (Machali, 2021). Pengujian ini penting dilakukan karena menjadi salah satu syarat utama sebelum melanjutkan ke analisis korelasi. Selanjutnya, dalam penelitian ini hubungan linear antara variabel *self development* dan *self efficacy* dalam penelitian ini diuji menggunakan uji linearitas melalui program SPSS. Jika nilai ini lebih besar dari 0,05, maka disimpulkan bahwa hubungannya linear. Namun, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, hubungan tersebut dianggap tidak linear (Machali, 2021).

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah peneliti menyelesaikan tahap uji asumsi terhadap variabel *self development* (X) dan *self efficacy* (Y). Analisis ini dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan. Jika hasil uji asumsi menunjukkan bahwa syarat terpenuhi, maka digunakan analisis parametrik, yaitu korelasi *Pearson Product Moment*, untuk mengukur hubungan antara dua variabel yang datanya berupa angka dan bisa diukur secara jelas. Sebaliknya, apabila data tidak memenuhi syarat untuk analisis *parametrik*, maka digunakan analisis *non parametrik*, yaitu korelasi *Spearman rho*. Uji *spearman rho* digunakan untuk melihat adanya korelasi antar variabel dengan skala ordinal meskipun sumber data antar

variabelnya berbeda (Sugiyono, 2019). Pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics 25 for Windows*. Nilai signifikansi (*sig.*) yang diperoleh akan menjadi acuan untuk menerima atau menolak hipotesis. Jika nilai *sig.* kurang dari 0,01 maka hipotesis alternatif diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel (Azwar, 2022).

F. Kredibilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas diperlukan untuk menentukan apakah skala pengukuran yang digunakan valid, sehingga mampu menghasilkan data yang lebih akurat dan relevan dengan tujuan penelitian. Uji validitas ini menunjukkan kepada tingkat ketepatan dan kecermatan dari hasil pengukuran, dalam pengukuran digunakan untuk menilai relevansi masing masing aitem dalam instrumen pengukuran untuk mengevaluasi sejauh mana instrumen tersebut berdasarkan tujuan pengukuran yang ditetapkan. Oleh karena itu, validitas instrumen dapat dibuktikan melalui validitas konten, validitas isi, ataupun validitas konstruk (Puspasari & Puspita, 2022).

Engkus (2019) menetapkan kriteria pengujian validitas sebagai berikut ;

1. Instrumen dinyatakan valid dan berkorelasi signifikan apabila nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel (uji dua sisi, $\alpha=0,05$).
2. Kemudian instrumen dianggap tidak valid dan tidak berkorelasi signifikan jika nilai r hitung kurang dari nilai r tabel pada kondisi uji yang sama.

Menurut Azwar (2022) Penelitian ini menggunakan validitas isi dengan Aikens'V untuk menghitung penilaian (Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan angka 5 yaitu sangat relevan) dengan menguji kecukupan atau relevansi isi tes melalui evaluasi atau analisis rasional melalui pendapat para ahli atau *expert judgment*. Rumus koefisien validitas Aiken dapat dinyatakan sebagai berikut :

$$V = \frac{\sum s}{n(c - 1)}$$

Pemaknaan setiap simbol :

- v = Nilai Aiken's V
- s = Skor yang diberikan oleh ahli dikurangi skor terendah
- n = Jumlah ahli (rater)
- c = Jumlah kategori penilaian (misalnya 1-5)

2. Reliabilitas

Pengujian reliabilitas merupakan ukuran sejauh mana suatu skala psikologis menunjukkan konsistensi dalam mengukur konstruk yang dimaksud (Azwar, 2020). Menurut Azwar (2022) Penelitian ini menggunakan validitas isi dengan Aikens'V untuk menghitung penilaian. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas, peneliti perlu melakukan uji coba (*try out*), kemudian hasilnya dianalisis guna memperoleh kesimpulan terkait keandalan instrumen.

Selanjutnya, untuk mengukur reliabilitas, penelitian ini mengandalkan program statistik SPSS versi 20 yang dijalankan pada *platform Windows*, melalui metode *Cronbach's Alpha*. Azwar (2021)

menyebutkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian memiliki nilai koefisien reliabilitas minimal sebesar 0,80. Jika nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh $\geq 0,80$, maka alat ukur dapat dikategorikan memiliki reliabilitas yang baik dan layak digunakan dalam penelitian.

G. Rancangan Penelitian

Penelitian merupakan serangkaian aktivitas ilmiah yang dilaksanakan secara terstruktur dan sistematis, dimulai dari identifikasi masalah yang dinilai penting untuk diteliti, perumusan tujuan penelitian, hingga proses ini berujung pada penarikan kesimpulan yang didasarkan pada analisis data, dan tujuan pokoknya adalah untuk meraih pemahaman yang mendalam tentang suatu fenomena atau menjawab pertanyaan penelitian secara objektif dan logis. Azwar (2022) menjelaskan bahwa rancangan penelitian yang disusun dengan cermat akan membantu peneliti dalam merencanakan langkah-langkah penelitian dengan lebih jelas, menetapkan sasaran penelitian yang spesifik, serta mengatur waktu pelaksanaan secara efisien. Dengan perencanaan yang matang, proses pengumpulan data dan analisis dapat dilakukan secara sistematis sehingga mampu mencapai tujuan penelitian secara maksimal.

1. Prosedur Penelitian

Terdapat beberapa tahapan dalam prosedur penelitian yang dilakukan, yaitu sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Tahapan awal dalam proses penelitian dimulai dengan menentukan topik yang sesuai dengan minat peneliti dan memiliki relevansi terhadap

isu yang ingin dikaji. Setelah topik ditentukan, peneliti mengumpulkan serta menelaah berbagai referensi, baik berupa buku maupun jurnal ilmiah, guna memahami konsep teoritis dari variabel yang akan diteliti. Kajian ini dilakukan secara mendalam untuk menemukan teori utama (*grand theory*) dan aspek-aspek krusial dari variabel independen serta dependen yang menjadi perhatian utama studi. Hal tersebut untuk langkah awal validasi, peneliti juga melaksanakan studi pendahuluan berupa wawancara atau observasi awal guna memastikan bahwa topik yang diangkat relevan dengan situasi aktual dan memiliki signifikansi praktis.

Setelah fondasi teori diperoleh, peneliti mulai menyusun proposal penelitian secara bertahap. Proses ini dimulai dari pengajuan judul dan dilanjutkan dengan penulisan Bab I. Setelah mendapatkan masukan dari dosen pembimbing, peneliti melanjutkan ke penyusunan Bab II dan Bab III. Selama proses penulisan, bimbingan dilakukan secara berkala guna memperoleh arahan dan koreksi sehingga isi proposal tersusun rapi dan sesuai dengan standar penulisan ilmiah.

Bersamaan dengan penyusunan proposal, peneliti aktif mencari alat ukur yang tepat untuk variabel yang menjadi fokus studi. Pencarian dilakukan dengan menghubungi penulis asli melalui beberapa saluran komunikasi seperti email, media sosial (seperti Instagram), dan aplikasi pesan seperti WhatsApp. Setelah mendapatkan izin penggunaan instrumen, peneliti memodifikasi alat ukur agar relevan dengan konteks penelitian yang dilakukan. Tahap persiapan ini ditutup dengan

penyelesaian proposal hasil revisi dan dilanjutkan ke tahap seminar proposal.

b. Tahap Pelaksanaan

Setelah proposal selesai disusun dan dipresentasikan dalam seminar, langkah berikutnya yang ditempuh adalah melaksanakan uji coba (*try out*) ini bertujuan untuk mengevaluasi validitas dan reliabilitas skala yang telah dimodifikasi, guna memastikan bahwa alat ukur tersebut layak digunakan dalam proses pengumpulan data utama. Validitas mengacu pada sejauh mana item-item dalam instrumen mampu mengukur konstruk yang dimaksud, sementara reliabilitas menunjukkan tingkat konsistensi hasil pengukuran dari instrumen tersebut.

Skala yang memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas memungkinkan peneliti untuk melanjutkan ke tahap pengumpulan data utama. Pengumpulan data ini dilakukan secara daring melalui *platform Google Form*, yang terdiri dari skala *self efficacy* dan *self development*. Data yang terkumpul dari responden selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 20.

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, peneliti melanjutkan proses penulisan skripsi dengan menyusun Bab IV dan Bab V berdasarkan hasil data yang telah dikumpulkan dan dianalisis sebelumnya. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penyajian hasil, tetapi juga melibatkan analisis dan evaluasi menyeluruh terhadap temuan yang diperoleh selama penelitian. Dalam penelitian ini, data diinterpretasikan guna menjawab

permasalahan penelitian dan memverifikasi hipotesis yang telah diformulasikan sebelumnya. Selama proses penulisan, peneliti tetap menjalin komunikasi intensif dengan dosen pembimbing guna memperoleh masukan, termasuk dalam menyesuaikan isi dengan saran dari dosen penguji saat seminar proposal.

Evaluasi hasil penelitian dilakukan secara mendalam dengan mengaitkan antara teori, data empiris, dan konteks penelitian. Peneliti kemudian menarik kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian, serta menyusun saran yang dapat dimanfaatkan untuk pengembangan penelitian berikutnya maupun dalam praktik nyata. Setelah seluruh isi laporan penelitian rampung dan mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing, tahap ini ditutup dengan pelaksanaan sidang skripsi sebagai bentuk akhir dari pertanggungjawaban ilmiah peneliti terhadap keseluruhan proses yang telah dijalankan.